



Januar 2025 – Juli 2025

## TIPPS & TERMINE

Bildungsprogramm  
der Evangelischen Familienzentren  
in Mülheim an der Ruhr



# Herzlich Willkommen,

in den Evangelischen Familienzentren in Mülheim an der Ruhr. Ausgehend von den Kindertageseinrichtungen strahlen die Familienzentren in die Stadtteile und bieten zusätzliche Angebote für alle Interessierten. Welche Angebote das sind, erfahren Sie in diesem Heft. **Also:** Herzliche Einladung zum Stöbern!

Unser Bildungsprogramm ist für alle da, ganz gleich, ob Ihr Kind eine unserer Einrichtungen besucht oder nicht.

**Alle Interessierten sind bei uns herzlich willkommen.**

---

**KB** Ev. Kirchengemeinde Broich-Saarn

**KH** Ev. Kirchengemeinde Heißen

**MK** Ev. Markuskirchengemeinde

**KS** Ev. Kirchengemeinde Speldorf

---

**BS** Bethanien Diakonissen-Stiftung

**GR** Graf-Recke-Stiftung

---

Bewegung & Entspannung . . . . .	06
Gesundheit & Ernährung . . . . .	11
Kunst & Kreatives . . . . .	16
Rat & Hilfe . . . . .	20
Begegnung . . . . .	33
Feste & Märkte . . . . .	34
Mit uns unterwegs . . . . .	34
Verschiedene Angebote . . . . .	36
Regelmäßige Gruppen . . . . .	41
Kontakte . . . . .	43

---

## Die Familienzentren:

- begleiten die Kinder in ihrer Lebenswelt und fördern ihre Entwicklung.
- machen Mütter und Väter stark für den (manchmal anstrengenden) Familienalltag.
- helfen Beruf und Familie zu vereinbaren.
- sind Treffpunkt für Menschen aus der Kirchengemeinde und aus dem Stadtteil.
- stehen in lebendigem Austausch mit Akteuren und Organisationen in der Nachbarschaft.
- profitieren vom Fachwissen ihrer Kooperationspartner.

Neben der täglichen Arbeit laden die Familienzentren zu Treffs für Jung und Alt, ebenso zu themenbezogenen Angeboten ein.

### **Das „Evangelisch“ in unserem Namen bedeutet:**

In unserem Alltag entdecken wir gemeinsam mit den Kindern das Evangelium und dürfen die Liebe Gottes spüren.

Wir feiern zusammen die Feste des Kirchenjahres. Träger der Evangelischen Familienzentren in Mülheim sind die jeweiligen Ortskirchengemeinden.

### **Haben Sie noch Fragen?**

Bitte sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

### **Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.kita.kirche-muelheim.de](http://www.kita.kirche-muelheim.de)

## Liebe Eltern, liebe interessierte Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen,

für das kommende 1. Halbjahr 2025 können wir Ihnen weiterhin vielfältige, interessante Angebote für alle Eltern, Großeltern, Kinder und andere Interessierte machen. Es ist uns eine Herzensangelegenheit, Ihren Familienalltag mit unseren Kursen zu bereichern und auch unterstützen zu können.

Einige Angebote werden als Digitalangebot stattfinden. Sie sind extra gekennzeichnet. Sie bekommen dann als Teilnehmer oder Teilnehmerin per Link eine Einladung zu einer Zoom-Veranstaltung unter dem Angebotsthema. All das erfahren Sie bei Ihrer Kurs-Anmeldung im jeweiligen Familienzentrum.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen natürlich beratend zur Seite.

Das Familienzentrum Muhrenkamp hat aus organisatorischen Gründen keine Angebote im Flyer. Termine für Veranstaltungen können aber direkt im Familienzentrum erfragt werden.

### Ihre Familienzentren in Mülheim

## Hinweise zur Buchung.

Bei den Angeboten der Ev. Familienbildungsstätte kann unter bestimmten Umständen eine Ermäßigung gewährt werden.

Weitere Informationen dazu können in den Familienzentren oder in der Ev. Familienbildungsstätte erfragt werden.

## Tanzworkshop für Vorschulkinder

MK

dienstags, 14. Januar, 21. Januar, 28. Januar,  
4. Februar und 11. Februar 2025, 10.30 – 11.15 Uhr,  
14. Februar 2025, 14.00 Uhr

Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

In Kooperation mit der Tanzschule National Vibes bieten wir für alle interessierten Vorschulkinder aus Mülheim an der Ruhr einen Workshop an, um gemeinsam mit den Tanzlehrern eine Choreografie einzustudieren. Zum Abschluss gibt es eine Vorführung für die Eltern in unserem Familienzentrum Unter dem Regenbogen. Die tanzenden Kinder sollten bitte Stoppersocken, bzw. Turnschlappchen dabei haben – keine festen Turnschuhe!

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen  
in Kooperation mit der Tanzschule National Vibes

**Leitung:** Simon Hüge, Tanzlehrer & Gründer  
der Tanzschule National Vibes

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. [0208.76 24 39](tel:0208.76.24.39) oder per Mail an  
[unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

---

## Yoga für Männer und Frauen am Nachmittag

BS

dienstags, 14. Januar – 1. Juli 2025, 17.30 – 19.00 Uhr  
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Für alle, die Yoga erlernen und einen Ausgleich zum Alltag wünschen. Yoga führt zu körperlichem und seelischem Wohlbefinden. Bewegungs- und Entspannungsübungen sowie achtsam eingenommene Körperhaltungen werden mit bewusst geführtem Atem verbunden und wirken sich so positiv auf Körper und Geist aus. Die Wirbelsäule wird beweglich gehalten, Spannungszustände lösen sich, die Konzentrationsfähigkeit nimmt zu und die Gesundheit wird allgemein gestärkt. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, Socken und eine Decke mit.

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in  
Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Evelyn Freida

**Kostenbeitrag:** 161,- €

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte  
unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33) oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Krabbelmäuse

KH

**mittwochs, 16.30 – 17.30 Uhr, donnerstags, 15.15 – 16.15 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

Eltern und ihre Kinder ( U3 ) treffen sich zu einer Bewegungsstunde. Bequeme Kleidung und Stoppersocken werden benötigt.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit Sabine Uhren

**Leitung:** Sabine Uhren, Übungsleiterin

**Kostenbeitrag:** 40,- €

**Anmeldung:** jederzeit unter Tel. [0208.49 03 16](tel:0208.49.03.16)

## Meditatives Yoga

KB

**Mittwoch, 22. Januar 2025 – 21. Mai 2025, 17.30 – 19.00 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

In diesem Kurs üben wir abseits von Leistungs- und Erfolgsdruck sanfte Körperübungen und nehmen ganz bewusst unseren Atem wahr. Im Vordergrund steht dabei nicht die äußere Form, sondern die Wahrnehmung unserer Empfindungen und Gefühle. Dabei begegnen wir unserem Körper mit liebevoller Aufmerksamkeit, lernen in uns hineinzuhören und durch die Entspannung des Körpers den Geist zur Ruhe kommen zu lassen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim

**Leitung:** Sandra Hoffmann, Yogalehrerin

**Kostenbeitrag:** 114,- € (15 Termine)

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Klangreise

MK

Freitag, 7. Februar 2025, 19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Kirchsaal der Markuskirche,  
Knappenweg 28, 45473 MH

Eine Klangreise ist eine wunderbare Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen. Die sanften und harmonischen Klänge der Klangschalen führen schnell in eine tiefe Entspannung. Die rhythmischen Klangschwingungen durchdringen den Raum und erreichen den Menschen und sein Innerstes. An diesem Abend haben Sie Gelegenheit, die Klangschalen kennenzulernen und gemeinsam auf Phantasiereise zu gehen, während die Klangschalen Sie begleiten.

Bitte bringen Sie eine Matte und/oder eine Decke, warme Socken, eventuell ein kleines Kissen mit und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse

**Leitung:** Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

**Kostenbeitrag:** 12,- €

**Teilnehmerzahl:** mind. 7 Personen

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher bei Birgit Hesse unter Tel. 0208.30 58 28 34 oder per Mail an [info@birgit-hesse.de](mailto:info@birgit-hesse.de)

## Entspannung am Abend

MK

donnerstags, 13. Februar, 13. März, 27. März, 3. April 2025  
19.30 – 21.00 Uhr

Kirchsaal der Ev. Markuskirchengemeinde,  
Knappenweg 28, 45473 MH

Gönnen Sie sich einen ruhigen Ausklang des Tages und erleben Sie die wohltuende Wirkung von Körperwahrnehmung, Atementspannung, meditativen Übungen, Phantasiereisen.

Bitte bringen Sie eine Matte und/oder Decke, warme Socken, eventuell ein kleines Kissen mit, und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse

**Leitung:** Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** jeweils bis zum Donnerstag zuvor bei Birgit Hesse unter Tel. 0208.30 58 28 34 oder per Mail an [info@birgit-hesse.de](mailto:info@birgit-hesse.de)



## Mit Klopfakupressur gegen den Stress

BS

Donnerstag, 13. März 2025, 14.30 Uhr

Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Wissen Sie manchmal nicht mehr, wo Ihnen der Kopf steht? Möchten Sie Ihre innere Balance wiederfinden? Klopfakupressur ist eine Selbsthilfemethode, die auf der Traditionellen Chinesischen Medizin basiert. Bestimmte Akkupressurpunkte am Körper werden mit den Fingern beklopft, um Blockaden in den Energiebahnen / Meridianen zu lösen und wieder positive Energie freizusetzen. Mit dieser Selbsthilfetechnik können Sie selbst aktiv werden, Ihren Stress reduzieren und Ihren eigenen Weg finden, mit Alltagsanforderungen entspannter umzugehen. In einer kleinen Gruppe lernen Sie die Grundlagen dieser Methode praktisch kennen, die sie dann zu Hause weiter nutzen können. Bei Bedarf können die Kinder parallel betreut werden.

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

**Referentin:** Birgit Kolmetz, Dipl.-Sozialarbeiterin, System. Familientherapeutin

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. [0208.7 13 73](tel:020871373)

## Eltern-Kind-Bewegungsbaustelle

KS

Samstag, 15. März 2025, 10.00 – 12.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,  
Duisburger Str. 276, 45478 MH

**Treffpunkt für die Veranstaltungen:** Turnhalle Hochfelder Straße, Hochfelder Str. 19, 45478 Mülheim an der Ruhr

Die Bewegung ist für die kindliche Entwicklung enorm wichtig. Jede Fähigkeit, jedes Wort und jede Sozialkompetenz entsteht bei Kindern durch Bewegung. Gemeinsam mit einem Erwachsenen können die Kinder auf spielerische Weise in Bewegung kommen, sich erproben, eigene Grenzen entdecken und überwinden, neues Entdecken und gemeinsam eine Menge Spaß haben.

Voraussetzungen: Ein Angebot für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren. Bitte bequeme Kleidung anziehen und Turnschuhe mitbringen.

**Veranstalter:** Die Ev. Familienzentren Speldorf West und Speldorf Mitte

**Leitung:** Oliver Lenz, Inh. Karuna Sport, Trainer für Jiu Jitsu, Tai Jitsu und Breitensport in Kindertageseinrichtungen und Schulen

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldungen werden bis zu einer Woche vorher unter [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de) angenommen

## Entspannungsworkshop – Auszeit für mich

MK

**Samstag, 22. März 2025, 11.00 – 15.00 Uhr**  
**Kirchsaal des Ev. Gemeindezentrums Winkhausen,**  
**Knappenweg 28, 45473 MH**

Dieser Samstag kann eine Möglichkeit sein, sich für einige Zeit eine Auszeit vom Alltag zu gönnen.

Wir wollen an diesem Tag entspannen und loslassen und dabei unseren Körper mit all seinen Sinnen wahrnehmen und uns auch dem Atem zuwenden. Unterstützen werden dabei die Klangschalen und Düfte. Wir werden bewegte und ruhige Übungen durchführen, deren bewusstes Wahrnehmen dazu beitragen, Körper und Geist zu beruhigen.

Bitte bringen Sie eine Matte und/oder eine Decke, warme Socken, eventuell ein kleines Kissen mit und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse

**Leitung:** Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

**Teilnehmerzahl:** mind. 7 Personen

**Kostenbeitrag:** 40,- €

**Anmeldung:** bis eine Woche vor Beginn bei Birgit Hesse unter Tel. [0208.30 58 28 34](tel:0208.30.58.28.34) oder per Mail an [info@birgit-hesse.de](mailto:info@birgit-hesse.de)

## Entspannung im Kindergarten – Für Kinder mit Eltern oder Großeltern

MK

**Samstag, 12. April 2025, 11.00 – 12.00 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen,**  
**Steigerweg 12, 45473 MH**

Kinder und Eltern oder Großeltern haben Gelegenheit, gemeinsam Zeit zu verbringen und sich zu entspannen bei einfachen Wahrnehmungsspielen, Stilleübungen, spielerischen Massagen oder einer Traumreise.

Bitte bringen Sie eine Decke, warme Socken, eventuell ein kleines Kissen mit, und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

Anmeldungsvoraussetzungen: Anmelden kann sich immer ein Erwachsener mit einem (mind. 4-jährigen) Kind

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse

**Leitung:** Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zum Montag zuvor bei Birgit Hesse unter Tel. [0208.30 58 28 34](tel:0208.30.58.28.34) oder per Mail an [info@birgit-hesse.de](mailto:info@birgit-hesse.de)

## Offene Stillgruppe

BS

An jedem zweiten Mittwoch im Monat: 8. Januar, 12. Februar, 12. März, 9. April, 14. Mai und 11. Juni 2025, 9.30 – 11.00 Uhr  
FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Hier entstehen neue Kontakte zu anderen Müttern und ihren Babys, Sie können Fragen stellen und erhalten Unterstützung bei Unsicherheiten. Geleitet wird die Gruppe von einer ausgebildeten Stillberaterin. In Kooperation mit dem Familienzentrum Die kleinen Strolche und der La Leche Liga Deutschland e.V. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

**Veranstalter:** Ev. Familienbildungsstätte in Kooperation mit dem Familienzentrum Die kleinen Strolche

**Referentin:** Monika Schneider, Familienbegleiterin, Stillberaterin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung vor jedem Termin bis zwei Tage vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder Tel. 0208.40 11 87 (Familienzentrum Die kleinen Strolche)

---

## Markuslöwen-Fütterung – Kochkurs für Männer

MK

Freitag, 24. Januar 2025, ab 17.30 Uhr – Ein Folgetermin ist in Planung. Dieser wird über Aushänge bekannt gegeben.  
Ev. Gemeindezentrum Winkhausen, Knappenberg 28, 45473 MH

Freitag, 28. Juni 2025, ab 18.00 Uhr – Ein Folgetermin ist in Planung. Dieser wird über Aushänge bekannt gegeben oder kann gerne ab Juli telefonisch erfragt werden.  
Ev. Gemeindezentrum Winkhausen, Knappenberg 28, 45473 MH

„Wenn´s aus der Küche lecker duftet, steht immer einer da, der schuftet“ – Bier kalt stellen ist für Dich schon kochen? Dann bist du bei uns genau richtig. Denn das wollen wir ändern! Wir zeigen Dir in entspannter Runde Tipps und Tricks rund um das Thema Kochen. Bei jedem Treffen kochen und essen wir gemeinsam und lassen es uns einen Abend lang gut gehen.

Unser Versprechen an euch: Spaß, Gemeinschaft, Wissen rund um das Thema Essen & Kochen

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit Alexander Krause

**Leitung:** Alexander Krause, Koch

**Teilnehmerzahl:** min. 10 Personen

**Kostenbeitrag:** 8,- € pro Teilnehmer

**Anmeldung:** direkt bei den veranstaltenden Köchen unter Tel. 0173.3 62 94 79 – Schnell sein lohnt sich, denn die Plätze sind begehrt und leider begrenzt!

## Erste Hilfe bei Gemüsemuffeln

MK

Mittwoch, 22. Januar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

Wie kommen die Vitamine in mein Kind?  
Tipps und Anregungen für den Familienalltag.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen  
in Kooperation mit der Evangelischen  
Familienbildungsstätte

**Leitung:** Frau Stuhmann, ganzheitliche  
Ernährungsberaterin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. [0208.76 24 39](tel:0208.76.24.39) oder per Mail an  
[unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

## Beikost und Familienkost

KB

Donnerstag, 23. Januar 2025, 19.00 – 21.15 Uhr

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

In dieser Veranstaltung geht es um Fragen, Antworten und  
Austausch rund um das Thema Beikost und Familienkost.

- Der richtige Zeitpunkt der Beikosteinführung
- Sinnvoller Kostaufbau
- Brei, Baby-led weaning, Fingerfood
- Gläschen oder selbst gekocht
- Grundlagen der Beikost, Zubereitung, Grundrezepte,  
Variationsmöglichkeiten
- Hilfestellungen/Tipps bei Schwierigkeiten und Besonderheiten  
Babys dürfen selbstverständlich mitgebracht werden.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation  
mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim

**Referentin:** Jennifer Etiz (Fachkraft für Beikost  
und Zahnmedizin)

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. [0208.48 69 33](tel:0208.48.69.33) oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Alltagstaugliche Erste Hilfe

MK

Samstag, 15. Februar 2025, 10.00 – 12.15 Uhr  
Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

Kinder erforschen die Welt. Ihre Experimentierfreude und Lebendigkeit sind groß und bereichern uns. Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen müssen dennoch für Notfälle Wissen erwerben und es rasch umsetzen können. Besprochen werden: Erste-Hilfe-Maßnahmen bei akuten Notfällen, Unfallverhütung, Stürze und Vergiftungen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Evangelischen Familienbildungsstätte

**Leitung:** Egerer, Gabriele Fachschwester für Anästhesie und Intensivmedizin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Teilnehmerzahl:** mind. 7 Personen

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. 0208.76 24 39 oder per Mail an [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de), Tel. 0208.3003 333 oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Väter kochen mit ihren Kindern (ab 4 Jahren)

KH

Samstag, 15. Februar 2025, 11.00 – 14.00 Uhr  
Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

BS

Samstag, 22. Februar 2025, 11.00 – 14.00 Uhr  
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Kinder kochen und backen gemeinsam unter fachkundiger Anleitung. Mit diesem Angebot wird das Selbstvertrauen der Kinder unterstützt und ihr Spaß an der Zubereitung leckerer, frischer Speisen gefördert. Darüber hinaus werden Eltern und Kinder ermutigt, im häuslichen Alltag gemeinsam gesunde Mahlzeiten zu planen und zuzubereiten.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referentin:** Ulrike Damberger, Oecotrophologin

**Kosten:** pro Familie 5,- €

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher, siehe Kontakte Seite 43.

## Snacks für Kita und Schule

KH

Mittwoch, 26. Februar 2025, 14.00 – 16.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

Wieviel süßes? Alternativen zu Schokolade, Weingummi und Co. Tipps und Anregungen für den Familienalltag.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referentin:** Heike Stuhmann, ganzheitliche Ernährungsberaterin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 333, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder Tel. 0208.35 841

## Was kommt aus der (Brot-)Dose?

BS

Donnerstag, 3. April 2024, 14.00 Uhr

Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Vielleicht finden auch Sie es gar nicht so einfach, jeden Tag etwas Leckeres und Gesundes für die Brotdose Ihres Kindes auszuwählen. Schließlich soll das Kind es mögen, schnell zubereitet sein und auch nach einiger Zeit noch lecker aussehen.

Im Supermarkt finden wir natürlich Muffins, Waffeln, Stütchen, Kekse, Riegel und Co, die schnell mitgenommen sind. Aber ist das Kind damit abwechslungsreich und gut versorgt? Diese Infoveranstaltung möchte zeigen, was täglich in die Brotdose sollte, damit Ihr Kind sie mit Freude öffnet und mit Appetit isst. Außerdem erläutern wir, warum Fertiggebäck und „Kinderlebensmittel“ nur ab und zu in die Box gehören.

**Veranstalter:** Im Rahmen von „Prima leben“, Amt für Gesundheit und Hygiene in Kooperation mit dem Familienzentrum Die kleinen Strolche

**Referentin:** Lisa Gierse, Ökotrophologin + Mitarbeiterin im Amt für Gesundheit und Hygiene

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. 0208.40 11 87

## Osternester backen

KB

**Mittwoch, 9. April 2025, 14.15 – 16.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

„Wir backen Osternester und Osterhasen aus Hefeteig. Du magst lieber eine Blume, eine Sonne oder einen Schmetterling backen? Wir probieren es aus und lassen es uns schmecken!“

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Leitung:** Heike Stuhmann

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. 0208.48 69 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder Tel. 0208.300 33 33

## Osterlämmer backen

KS

**Donnerstag, 3. April 2025, 14.00 – 15.30 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Speldorf West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH**

KH

**Freitag, 4. April 2025, 14.30 – 16.00 Uhr**

**Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

BS

**Mittwoch, 9. April 2025, 14.15 – 15.45 Uhr**

**FZ Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

KS

**Donnerstag, 10. April 2025, 14.00 Uhr – 15.30 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,  
Duisburger Str. 276, 45478 MH**

BS

**Freitag, 11. April 2025, 14.30 - 15.45 Uhr**

**FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

Aus leckerem Hefeteig können Sie mit Ihrem Kind ein dekoratives Osterlamm herstellen.

Bitte bringen Sie ein Tablet mit.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleiterin:** Ulrike Damberger, Oecotrophologin

**Anmeldung:** Anmeldung bis zu einer Woche vorher bei den jeweiligen Familienzentren, siehe Kontakte Seite 43.

## Musikalische Frühförderung für Kinder ab 3,5 Jahren

montags, ab 6. Januar, 14.15 – 15.00 Uhr und  
15.15 – 16.00 Uhr (In den Ferien findet der Kurs nicht statt)  
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke47, 45481 MH

Durch vielfältige musische Gruppenaktivitäten, durch gemeinsames Musizieren und spielerisches Lernen wird die Sozialkompetenz der Kinder gefördert. Die Erlebniswelt der Kinder leitet den Unterricht.

- Spielen auf Rhythmik- und Melodie Instrumenten
- Singen von modernen und traditionellen Kinderliedern
- Tanzen und Rhythmik
- Gehörbildung: Training des Gehörs für musische Inhalte und persönliche Intuition
- Sprechen, Spielen und Gestalten von kindgemäßen Geschichten und Versen
- Instrumentenkunde und elementare Notenlehre:  
Die Kinder werden auf einen späteren weiterführenden Instrumentalunterricht vorbereitet

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Musikschule „penami – Musik macht einfach Spaß“

**Leitung:** Peter Naekel, Erzieher und Leiter der Musikschule

**Kostenbeitrag:** 30,- € pro Monat

**Anmeldung:** Tel. [0208.29 98 505](tel:0208.29.98.505) oder per Mail an [info@penami.de](mailto:info@penami.de)

---

## Basteln zu Ostern – Ein Workshop für Kinder ab 4 Jahren mit Eltern

Mittwoch, 2. April 2025, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

Freut ihr euch auch schon auf den Frühling? Auf die ersten warmen Sonnenstrahlen, lustige Marienkäfer und fleißige Osterhasen? Mit diesem Oster-Workshop bekommen Kinder von 4-6 Jahren und ihre Eltern einige Ideen, wie man sich mit einfachen Basteleien den Frühling ins Haus holen kann. Vielleicht hüpfert dann ja auch der Osterhase mal vorbei...

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Evangelischen Familienbildungsstätte

**Leitung:** Frau Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Teilnehmer:** mind. 7 Personen

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. [0208.762439](tel:0208.762439) oder per Mail an  
[unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)



---

## Basteln zu Ostern mit Großeltern für Kinder ab 4 Jahren

KS

Donnerstag, 3. April 2025, 14.15 – 15.45 Uhr

Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,  
Duisburger Str. 276, 45478 MH

Freut ihr euch auch schon auf den Frühling? Auf die ersten warmen Sonnenstrahlen, lustige Marienkäfer und fleißige Osterhasen? Mit diesem Oster-Workshop bekommen Kinder von 4-6 Jahren und Großeltern einige Ideen, wie man sich mit einfachen Basteleien den Frühling ins Haus holen kann. Vielleicht hüpfert dann ja auch der Osterhase mal vorbei.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder per Mail an [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de)

---

## Familienbasteln für den Osterhasen

MK

Dienstag, 25. März 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg12, 45473 MH

Der Osterhasen, der kann nicht ruhen, hat alle Pfoten voll zu tun... Wir laden Sie und ihre Kinder herzlich dazu ein, ihn zu unterstützen. Gemeinsam basteln wir niedliche Osterdekoration für den Ostertisch zu Hause.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen

**Leitung:** Nathalie Gehne, Dipl. Pädagogin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Teilnehmer:** mind. 7 Personen

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. 0208.76 24 39 oder per Mail an [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

---

## Frühlingshafte Dekoration

KH

**Donnerstag, 27. März 2025, 19.00 – 20.30 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

Endlich sind die Wintertage gezählt und die Tage werden langsam wieder länger und wärmer. Pünktlich zum Frühlingsanfang laden wir Sie zu unserer Aktion „Frühlingshafte Dekoration“ ein. Wir freuen uns auf einen kreativen und geselligen Abend.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Mütter-Bastel-Runde

**Leitung:** Heike Winkler und Iris Thissen

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. [0208.48 69 33](tel:0208.48.69.33) oder  
[www.kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de](mailto:www.kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de)

---

## Schultüten basteln

KS

**Donnerstag, 8. Mai 2025, 14.00 – 16.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Speldorf West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH**

Eine aufregende Zeit- bald kommt Ihr Kind in die Schule. Neben vielen weiteren Herausforderungen steht Ihnen auch die besondere Aufgabe bevor, eine Schultüte für Ihr Kind anzufertigen. Sie bringen Ihre Ideen, die Schultütenrohling und passende Schablonen mit - wir helfen Ihnen die Ideen in die Tat umzusetzen. Pappe, Moosgummi, Scheren, Kleber und Krepppapier stellen wir Ihnen zur Verfügung.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf West

**Kursleitung:** Mitarbeiterin des Familienzentrums

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher per Mail an  
[kigawest@kirche-muelheim.de](mailto:kigawest@kirche-muelheim.de)

## Das Kinderzimmer Orchester – Musikerlebnisse für Kinder ab 4 Jahren mit Eltern

**Mittwoch, 14. Mai 2025, 14.30 – 16.00 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Haus der kleinen Leute,**  
**Klöttschen 58, 45468 MH**

Wie erzeugt man mit Luftballons und Gummibändern Töne?  
Wie kann man einen Shaker selbst basteln, und was ist eigentlich  
eine Lachtrommel?

In diesem Workshop lernen Kinder zwischen 4 und 6 Jahren mit  
ihren Eltern ganz unterschiedliche selbstgebaute Instrumente  
kennen. Sie finden heraus, wie sie funktionieren und klingen.  
Am Ende zaubern sie mit ganz alltäglichen Dingen ein kleines  
Orchester ins Kinderzimmer.

**Veranstalter:** Familienzentrum Haus der kleinen Leute in  
Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Leitung:** Frau Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in  
der Ev. Familienbildungsstätte unter  
Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.3003333), [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)  
oder per Mail an [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de)

## Kraftquellen für Eltern – gestärkt in den Alltag

Donnerstag, 16. Januar 2024, 15.00 – 16.30 Uhr  
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

BS

Donnerstag, 30. Januar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr  
Familienzentrum Haus der keinen Leute,  
Klöttschen 58, 45468 MH

BS

Dienstag, 21. Januar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr  
Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45472 MH

MK

Sind Sie im Alltag oft gestresst und wissen nicht mehr, wo Ihnen der Kopf steht? Würden Sie gerne wieder ausgeglichener sein und mehr Geduld im Umgang mit Ihren Kindern haben? Damit sind Sie nicht allein und hier genau richtig! – Wir bieten Ihnen im Rahmen einer abwechslungsreichen Veranstaltung Raum zum Innehalten und zum Auftanken. Neben einer Entspannungsübung, Anregungen für einen ausgeglicheneren Alltag und Tipps für besonders herausfordernde Situationen in der Erziehung, möchten wir gerne mit Ihnen ins Gespräch zu kommen und viel Raum zum Austausch bieten.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

**Referentinnen:** Linda Braß, Psychologin M.Sc./system. Familientherapeutin, Annette Zorn, Dipl. Sozialpädagogin und System. Familientherapeutin und Birgit Kolmetz, Dipl.- Sozialarbeiterin/system. Familientherapeutin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Siehe Kontakte Seite 43. Anmeldungen sind bis zu einer Woche vorher möglich.

---

## Die sichere Einrichtung von Smartphones für Kinder – Kursabend für Eltern

KB

Donnerstag, 16. Januar 2025, 19.30 – 21.45 Uhr  
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Kinder gehen heute schon sehr früh mit Medien um. Sie werden schnell selbstverständlicher Teil des sozialen Alltags. Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule bedeutet oft nicht nur den ersten eigenen Tornister, sondern auch das erste eigene Smartphone. Was sollte man als Eltern dazu wissen? Hier werden Sie über Möglichkeiten der Einstellung und des Datenschutzes ganz praktisch informiert. Handys gerne mitbringen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit dem Ev. Familienbildungswerk Düsseldorf-Mettmann

**Referent:** Jürgen Comp, PC-Trainer

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. 0208.48 69 33 oder  
[www.kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de](mailto:www.kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de)

## Vorbereitung auf den Schulbeginn – eine Orientierung für Eltern

BS

Freitag, 17. Januar 2025, 18.30 – 20.45 Uhr

Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Um sich als Familie auf den Schulbeginn Ihres Kindes vorzubereiten, sind Informationen sehr hilfreich. Es geht um spannende emotionale Entwicklungsphasen im Vorschulalter und was Sie beitragen können, damit der Übergang in die Schule gut gelingt.

- Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH
- Kursleiterin:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik
- Kosten:** kostenfrei
- Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. 0208.7 13 73, in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33 oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Was Kinder an Medien toll finden und wie Eltern damit umgehen können

BS

Mittwoch, 22. Januar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Immer früher kommen Kinder mit Medien in Berührung. Kinder lernen in der Familie, wie man mit Medien umgeht. Wir laden Sie ein zu einer Reise in kindliche Medienwelten und geben Ihnen Tipps, wie Sie Ihre Kinder im Umgang mit Medien begleiten und fördern können. Dabei werden wichtige Fragen beantwortet: Was begeistert Kinder so an Medien? Ab wann darf mein Kind ans Smartphone? Wie viel Fernsehen oder YouTube darf sein? Wie kann ich mein Kind mit Medien fördern?

- Veranstalter:** das Familienzentrum Die kleinen Strolche in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Ehe,- Erziehungs- und Lebensfragen
- Referenten:** Volker Rohse, Diplom Psychologe und System. Familientherapeut
- Kostenbeitrag:** kostenfrei
- Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher im Familienzentrum Die kleinen Strolche unter Tel. 0208.40 11 87

## Noch KiTa, bald Schulkind – Elternkurs

BS

Freitag, 24. Januar – 14. März 2025 (Kein Kurs am 14. Februar und 7. März 2025), 18.30 – 20.45 Uhr

Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Ein weiterer aufregender Abschnitt im Familienleben steht bevor: Die Schulzeit beginnt. Kinder beginnen, ihre eigenen Wege zu gehen. Gleichzeitig gibt es viele Situationen, in denen sie noch unsere Unterstützung benötigen. Welche Entwicklungsschritte Kinder in dieser Phase durchlaufen und wie Sie die Veränderungen in Ihren Familienalltag integrieren können, wie sich hier Ihre Elternrolle verändert, sind wesentliche Themen, auf die in diesem Kurs eingegangen werden.

- Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH
- Kursleiterin:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik
- Kosten:** kostenfrei
- Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. [0208.71373](tel:0208.71373), in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Mit Kindern über Tod und Trauer reden...

MK

Dienstag, 28. Januar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

Wenn ein Familienmitglied, ein Freund oder auch ein Haustier stirbt, dann sind Erwachsene oft sprachlos, wenn es darum geht, mit Kindern oder Jugendlichen über Tod und Trauer zu reden, insbesondere, wenn sie selbst von der Trauer betroffen sind. An diesen Abend nehmen wir uns Zeit, über die Trauer von Kindern und Jugendlichen zu sprechen, denn Kinder und Jugendliche trauern anders als Erwachsene. Anhand von Ritualen und kreativen Impulsen lernen Sie, wie Sie aus der Sprachlosigkeit heraus in ein gutes kindgerechtes Gespräch finden können. Sie signalisieren: „Ich bin vorbehaltlos für dich da“. So bestärken Sie die Kinder, dass sie ihre Gedanken und Gefühle offen und ehrlich ausdrücken dürfen.

- Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Evangelischen Familienbildungsstätte
- Leitung:** Kerstin Altenrath, zertifizierte Familien-Trauerbegleiterin
- Kostenbeitrag:** kostenfrei
- Teilnehmerzahl:** mind. 7 Personen
- Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. [0208.76 24 39](tel:0208.762439) oder per Mail an [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de) oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.3003333), [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

---

## Kindliche Ängste verstehen

BS

**Freitag, 7. Februar 2025, 14.00 – 16.00 Uhr**  
**Familienzentrum Haus der kleinen Leute,**  
**Klöttschen 58, 45468 MH**

Zur kindlichen Entwicklung gehören Ängste ganz natürlich dazu. Bei der Überwindung dieser kann sein Umfeld, vor allem die Eltern, aktiv begleiten und unterstützen.

Wie Eltern die kindlichen Ängste verstehen können und ihren Kindern beistehen, erfahren Sie an diesem Nachmittag.

**Veranstalter:** Das Familienzentrum Haus der kleinen Leute in Kooperation mit der Familienberatungsstelle

**Referent:** Angela Di Pasquale, Heilpädagogin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldungen werden bis zu einer Woche vorher angenommen unter Tel. [0208.76 24 39](tel:0208.76.24.39) oder [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de) oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33), [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

---

## Bewegung ist das Tor zum Lernen

KS

**Dienstag, 18. Februar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,**  
**Duisburger Str. 276, 45478 MH**

Was hat das Schaukeln mit dem Schreiben, was hat das Rückwärtsgehen mit dem Rechnen lernen zu tun?

In den ersten Lebensjahren verarbeitet das Kind in Bewegung eine Fülle von Sinnesreizen zu einem gigantischen Netzwerk. Sie erfahren viel Spannendes über den Zusammenhang von Bewegung und Lernen und erhalten Anregungen, wie Sie Ihr Kind darin unterstützen können.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Carola Budde, Erzieherin, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33), [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder per Mail an [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de)

## Frühkindliche Sexualerziehung

**Donnerstag, 20. Februar 2025, 19.30 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

KB

**Donnerstag, 20. März 2025, 14.30 Uhr**

**Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

BS

Beim Elternabend, bzw. Elternnachmittag zur frühkindlichen Sexualerziehung geht es um die Themenschwerpunkte:

- Welche Phase gibt es?
- Doktorspiele – Wie gehen wir als Eltern damit um?
- Stärkung von Kindern
- Körperwahrnehmung und -schutz
- Sensibilität von Sprache

Zeit für Rückfragen und Austausch wird es geben.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit dem Diakonischen Werk Mülheim an der Ruhr

**Referentin:** Sabine Boeger, Diplompädagogin, Systemische Beraterin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Siehe Kontakte Seite 43.  
Anmeldungen sind bis zu einer Woche vorher möglich

ONLINE-VERANSTALTUNG

KH

## Komm, ich nehm dich in den Arm! – Warum Trösten so wichtig ist

**Mittwoch, 12. Februar 2025, 19.30 – 21.45 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

Ob Wut, Frust, Enttäuschung, Schreck oder Traurigkeit – all diese Gefühle gipfeln in die Tränen. Für Eltern ist es oft schwierig, da noch hinterher zu kommen und zu verstehen, worum es gerade geht. Das ist aber auch gar nicht so wichtig, denn wichtig ist, dass es Trost gibt.

Kinder in den ersten Jahren ihres Lebens haben eine große Erlebniswelt und sind daher mit enorm vielen Situationen konfrontiert, die oben genannten Gefühle auslösen können. Sie schaffen es aber auch nicht, allein aus diesen Gefühlen wieder herauszukommen – sie brauchen einen anderen Menschen. Strategien helfen ihnen dabei, die Gefühle für sich einzuordnen und damit umzugehen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referent:** Denise Piecha, Erzieherin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33), [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder unter Tel. [0208.49 03 16](tel:0208.49.03.16)



## Sprachentwicklung bei Kindern – Ein Infonachmittag

BS

Freitag, 14. März 2025, 14.00 – 16.15 Uhr

FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Erfahren Sie, wie der Spracherwerb eines Kinders bis zum Schuleintritt verläuft und welche allgemeinen Fähigkeiten der Entwicklung dabei eine Rolle spielen, damit ein Kind gut ins Sprechen kommt. Lernen Sie die unterschiedlichen Bausteine, nehmen Sie praktische Tipps mit, wie Sie Sprache zu Hause fördern können und wann das Kind Unterstützung von Fachleuten benötigt.

**Veranstalter:** Ev. Familienbildungsstätte in Kooperation mit dem Familienzentrum Die kleinen Strolche

**Kursleiterin:** Angela Di Pasquale, Heilpädagogin

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder unter Tel. 0208.40 11 87

## Gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation in der Familie

BS

Donnerstag, 20. März 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Haus der kleinen Leute,  
Klöttschen 58, 45468 MH

Was ist das überhaupt – gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation? Lasse ich einfach Kraftausdrücke weg oder muss ich „jedes Wort auf die Goldwaage legen“? Wer daran interessiert ist, sich Familienkommunikation „unter dem Mikroskop“ anzuschauen, möglicherweise auch sein eigenes Gesprächsverhalten zu reflektieren und neue Ideen für wertschätzende Kommunikation kennenzulernen, ist hier herzlich willkommen. Nach einem kleinen theoretischen Input wird es viel Raum zum Gespräch miteinander geben, um Erfahrungen auszutauschen und neue Kommunikationswege zu entwickeln.

**Veranstalter:** Familienzentrum Haus der kleinen Leute in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

**Referentinnen:** Julie Küpny, Erziehungswissenschaftlerin B.A. und System. Familientherapeutin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher unter Tel. 0208.47 09 36

ONLINE-VERANSTALTUNG

KS

## Mit Kindern über sorgenvolle Themen sprechen

**Mittwoch, 26. März 2025, 19.30 – 21.45 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,**  
**Duisburger Str. 276, 45478 MH**

Krisen, Kriege, Katastrophen – wie erkläre ich das meinem Kind? Wie geht man als Elternteil oder angehörige Person damit um, wenn die Kinder Fragen stellen oder einfach gar nichts dazu sagen? Mit dieser Veranstaltung erhalten Sie eine Einführung, zahlreiche Tipps und Antworten auf Ihre Fragen, wie Sie zu schwierigen & belastenden Themen, Erlebnissen und Nachrichten mit Kindern sprechen können. In dem Termin wird es darum gehen wie sie im Vorhinein bereits, auf gewisse Dinge achten können.

Es werden Fragen exemplarisch durchgesprochen wie:

- Wie wirken schlechte Nachrichten auf Kinder?
- Wie spreche ich mit Kindern über (die) Angst?
- Wie kann man schlechte Gefühle regulieren und Trost spenden?
- Wie gehe ich mit Angst und Bindung um?
- Resilienz: Wie kann ich meinen Kindern in beängstigenden Zeiten Sicherheit schenken und daraus Kraft für die Zukunft schöpfen?

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referentin:** Denise Piecha, Erzieherin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher bei der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Sichere Bindung und Eingewöhnung

Donnerstag, 27. März 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Haus der kleinen Leute,  
Klöttschen 58, 45468 MH

BS

Montag, 31. März 2025, 19.00 – 20.30 Uhr

Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

KB

Dienstag, 6. Mai 2025, 17.30 – 19.00 Uhr

FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

BS

Donnerstag, 15. Mai 2025, 19.00 – 20.30 Uhr

Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,  
Duisburger Str. 276, 45478 MH

KS

**Veranstaltungsort:** Gemeindehaus Mitte,

Duisburger Str. 276, 45478 MH

Donnerstag, 5. Juni 2025, 15.00 – 16.30 Uhr

Familienzentrum Sonnenschein,  
Kleiststr. 58, 45472 MH

KH

Donnerstag, 22. Mai 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Kita Kunterbunt,  
Schildberg 1, 45475 MH

BS

Dienstag, 24. Juni 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

MK

Nicht jedes Kind steckt den Start in die Kita-Zeit locker weg. Das Abschiednehmen an der Tür fällt auch Eltern nicht leicht. Wie man mit Situation umgehen kann, erfahren Eltern vor dem Start ins neue Kindergartenjahr bei diesem Informationsabend. Die Berater/innen der Evangelischen Beratungsstelle und die pädagogischen Mitarbeiterinnen des Familienzentrums informieren über das „Berliner Eingewöhnungsmodell“ und das Thema „Sichere Bindung“. Eine sichere Bindung hilft Kindern, sich ohne Angst zeitweise von den Eltern trennen zu können. Eltern erfahren, wie die wichtigsten Bezugspersonen (Eltern, andere Verwandte und die Erzieherinnen) ein Grundgefühl von Sicherheit und Verbundenheit geben können.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Ehe-, Erziehungs- und Lebensfragen

**Referentin:** Team der Beratungsstelle

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher  
siehe Kontakte Seite 43.

## Was tun, wenn mein Kind nicht mitmacht – Orientierung geben und Grenzen setzen

BS

Dienstag, 1. April 2025, 18.30 – 20.45 Uhr

Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Als Eltern sicher Orientierung und Grenzen setzen, ohne das Kind in seiner freien Persönlichkeits- oder Selbstständigkeit zu hindern – dabei zweifeln Eltern oft. In diesem interaktiven Vortrag lernen Sie zu unterscheiden, wann es mehr oder weniger Führung bedarf. Anhand von Ansätzen der gewaltfreien Kommunikation und bindungsorientierten Theorien erhalten Sie Impulse für alltägliche Familiensituationen.

- Veranstalter:** Ev. Familienbildungsstätte in Kooperation mit dem Familienzentrum Die kleinen Strolche
- Kursleiterin:** Vera Wollenberg Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik
- Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder unter Tel. 0208.40 11 87

## Starke Gefühle – Elternwut und Kinderwut

KS

Dienstag, 8. April 2025, 18.30 – 20.45 Uhr

Familienzentrum Speldorf-Mitte,  
Duisburger Str. 276, 45478 MH

MK

Dienstag, 29. April 2025, 18.30 – 20.45 Uhr

Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

Wie können Sie mit Ihrem Kind in Verbindung kommen, wenn Worte nicht mehr durchdringen? Wie die starken Gefühle Ihres Kleinkindes verstehen und es besser durch den Wutanfall begleiten? Und was haben diese Situationen mit Ihnen selbst zu tun? Wissenswertes und Austausch über Kinderwut und Elternwut hilft verstehen und mit Bedacht handeln.

- Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte
- Kursleitung:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik
- Kostenbeitrag:** kostenfrei
- Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.3003333, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder siehe Kontakte der Familienzentren Seite 43.

---

## Liebe, Grenzen, Konsequenzen

BS

**Donnerstag, 10. April 2025, 14.30 – 16.00 Uhr**

**Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

Elterliche Liebe und Zuwendung bilden eine gute Basis für die kindliche Entwicklung und das familiäre Miteinander. Doch Kinder brauchen auch Struktur und Grenzen, die ihnen Orientierung bieten. Und Kinder können aus den Konsequenzen ihres Verhaltens lernen. Wie kann ich durch eine gute Beziehung mein Kind stärken? Was kann ich tun, wenn ich im Erziehungsalltag an meine Grenzen komme und wie kann ich dem vorbeugen? Zu diesen Fragen wird es einen Input und die Möglichkeit zum Austausch geben.

**Veranstalter:** Familienzentrum Die kleinen Strolche in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle

**Referent:** Volker Rohse, Diplom Psychologe und system. Familientherapeut

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher unter Tel. [0208.40 11 87](tel:0208.40.11.87)

---

## Familie leben – ja, und gerne stressfreier! – Elternkurs

BS

**Dienstags, 6. Mai, 13. Mai und 20. Mai 2025, jeweils 18.30 – 20.30 Uhr**

**Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

Dieser Kurs richtet sich an Eltern von Kindern vom Kleinkind- bis zum Grundschulalter, die sich mehr Leichtigkeit in ihrem Familienalltag wünschen. Es geht darum, Stressfaktoren im Familienalltag zu entdecken und diese zu reduzieren. Dabei lernen Sie auch, die Aufmerksamkeit auf Ihre eigenen Bedürfnisse im Alltag zu lenken, sowie Konfliktsituationen mit mehr Leichtigkeit zu begegnen.

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH

**Kursleiterin:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. [0208.7 13 73](tel:0208.7.13.73) oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33) und [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

ONLINE-VERANSTALTUNG

KB

## Kleine Kinder haben große Gefühle

Donnerstag, 5. Juni 2025, 20.00 – 21.30 Uhr

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Wut, Angst, Trauer, Freude, Kinder leben und erleben ihre Gefühle anders als Erwachsene. Wie Eltern ihre Kinder im Umgang mit Gefühlen unterstützen und begleiten können ist das Thema dieses Seminars.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit dem Ev. Familienbildungswerk Düsseldorf-Mettmann

**Leitung:** Barbara Himmelsbach

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter Tel. [0208.48 69 33](tel:0208.48.69.33)

## Trotz – kindliche Machtprobe oder notwendige Phase der Persönlichkeitsentwicklung?

MK

Donnerstag, 20. März 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen, Steigerweg 12, 45473 MH

Wir informieren Sie über diese spannende und manchmal auch nervenaufreibende Entwicklungsphase und geben Anregungen zur Selbstfürsorge, um in herausfordernden Alltagssituationen mit mehr Geduld und Gelassenheit zu reagieren. Zudem wird es viel Raum zum gemeinsamen Austausch geben.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle

**Kursleitung:** Birgit Kolmetz, Dipl.-Sozialarbeiterin, system. Familientherapeutin und Annette Zorn, Dipl. Sozialpädagogin/system. Familientherapeutin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher unter Tel. [0208.7 62 43](tel:0208.7.62.43) oder per Mail an [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

## Kindertagespflege/Kinderpflegenester

Sehr gerne stellen wir den Kontakt zu verschiedenen Stellen der Kindertagespflege/den Kinderpflegenestern her. Kontakt siehe Seite 43.

## Offene Sprechstunden der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

In Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle bieten die Familienzentren einmal monatlich offene Sprechstunden an.

Das Angebot gilt für alle Menschen aus Mülheim an der Ruhr. Unabhängig von Alter, Geschlecht, Religionszugehörigkeit und Nationalität. In den Familienzentren sind darüber hinaus individuelle Terminvereinbarungen möglich.

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Siehe Kontakte auf Seite 43.  
Anmeldungen werden bis zu fünf Werktagen vorher angenommen.

### FamZ Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Januar	Di., 14.01.25	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Februar	Di., 11.02.25	08.30 – 09.30 Uhr	Julie Küpny
März	Di., 18.03.25	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
April	Di., 08.04.25	08.30 – 09.30 Uhr	Julie Küpny
Mai	Di., 13.05.25	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Juni	Di., 17.06.25	08.30 – 09.30 Uhr	Julie Küpny

### FamZ Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

Januar	Mi., 08.01.25	10.00 – 11.00 Uhr	Linda Braß
Februar	Do., 13.02.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
März	Do., 27.03.25	10.00 – 11.00 Uhr	Linda Braß
April	Do., 10.04.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mai	Do., 08.05.25	10.00 – 11.00 Uhr	Linda Braß
Juni	Do., 05.06.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz

### FamZ Speldorf-Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Januar	Mi., 15.01.25	13.00 – 14.00 Uhr	Annette Zorn
Februar	Do., 13.02.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
März	Mi., 19.03.25	13.00 – 14.00 Uhr	Annette Zorn
April	Do., 10.04.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mai	Mi., 14.05.25	13.00 – 14.00 Uhr	Annette Zorn
Juni	Fr., 13.06.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse

### FamZ Speldorf-West, Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

Januar	Do., 09.01.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Februar	Di., 11.02.25	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
März	Mo., 10.03.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
April	Di., 08.04.25	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Mai	Mi., 07.05.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Juni	Di., 03.06.25	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn

### FamZ Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Januar	Do., 16.01.25	11.30 – 12.30 Uhr	Annette Zorn
Februar	Do., 20.02.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
März	Do., 20.03.25	11.30 – 12.30 Uhr	Annette Zorn
April	Do., 29.04.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mai	Do., 15.05.25	11.30 – 12.30 Uhr	Annette Zorn
Juni	Do., 12.06.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz

**FamZ Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

Januar	Mi., 08.01.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Februar	Do., 06.02.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
März	Do., 06.03.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
April	Do., 03.04.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mai	Do., 08.05.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Juni	Fr., 06.06.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz

**FamZ Unter dem Regenbogen, Steigerweg 12, 45473 MH**

Januar	Do., 09.01.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Februar	Do., 06.02.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
März	Do., 06.03.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
April	Mi., 09.04.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mai	Fr., 09.05.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Juni	Do., 05.06.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse

**Ökumenisches FamZ Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH**

Januar	Do., 16.01.25	10.00 – 11.00 Uhr	Linda Braß
Februar	Di., 11.02.25	13.15 – 14.15 Uhr	Julie Küpny
März	Fr., 28.03.25	10.00 – 11.00 Uhr	Linda Braß
April	Di., 08.04.25	13.15 – 14.15 Uhr	Julie Küpny
Mai	Fr., 09.05.25	10.00 – 11.00 Uhr	Linda Braß
Juni	Di., 10.06.25	13.15 – 14.15 Uhr	Julie Küpny

**FamZ Haus der kleinen Leute, Klöttschen 58, 45468 MH**

Januar	Di., 14.01.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Februar	Mi., 12.02.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
März	Do., 13.03.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
April	Mo., 07.04.25	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mai	Fr., 09.05.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Juni	Fr., 13.06.25	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz



## Info Point

Im Eingangsbereich der Familienzentren. Zugang und Nutzung sind während der Öffnungszeiten der jeweiligen Familienzentren möglich.

### Info Point

Familienzentrum Kita Kunterbunt  
Schildberg 1, 45475 MH

### Info Point

Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte  
Duisburger Str. 276, 45478 MH

### Info Point

Ev. Familienzentrum Speldorf-West  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 Mülheim

### Info Point

Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen  
Steigerweg 12, 45473 MH

### Info Point

Familienzentrum Kita Die kleinen Strolche,  
Feldstraße 17, 45476 Mülheim an der Ruhr

### Info Point

Familienzentrum Haus der kleinen Leute  
Klöttschen 58, 45468 MH

---

## Offener Treff

BS

**Jeder 3. Freitag im Monat, 14.00 – 16.00 Uhr**

**Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

In einem zwanglosen Treffen haben Sie die Möglichkeit andere Eltern kennen zu lernen und sich auszutauschen.

Die Räumlichkeiten und das Außengelände stehen den Kindern zur Verfügung. Wir planen von Treffen zu Treffen saisonale Aktionen und jeder kann sich einbringen, so wie er oder sie mag. Wir freuen uns auf Sie!

**Veranstalter:** Familienzentrum Die kleinen Strolche

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis einen Tag vorher im Familienzentrum unter [Tel. 0208.40 11 87](tel:0208.401187)

## FESTE & MÄRKTE

### Kunterbunter Kindertrödel

BS

**Samstag, 8. März 2025, 11.00 – 14.00 Uhr**

**Einlass für Schwangere mit Mutterpass ab 10.30 Uhr**

**Ev. Gemeindehaus, Oberheidstr. 231, 45475 MH**

Wir verkaufen für Sie auf Kommission:

Kinderkleidung (Frühling/Sommer), Spielzeug, Bücher, Fahrzeuge aller Art sowie weiteres Zubehör rund ums Kind (Kinderwagen, Autositze, etc.)

Es erwarten Sie außerdem Kuchen, Herzhaftes, Kaffee und kalte Getränke. 20 % des Erlöses kommen dem Ev. Familienzentrum Kita Kunterbunt zu Gute.

**Veranstalter:** Eltern und Erzieherinnen des  
Ev. Familienzentrums Kita Kunterbunt

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung und Infos:** [kunterbunter@kita-troedel-mh.de](mailto:kunterbunter@kita-troedel-mh.de)

## MIT UNS UNTERWEGS

### Abenteuer Wald

GR

**Samstag, 10. Mai 2025, 10.30 – 12.45 Uhr**

**Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp,  
Muhrenkamp 8, 45468 MH**

**Dienstag, 31. Mai 2025, 10.30 – 12.45 Uhr**

**Familienzentrum Kita Die kleinen Strolche,  
Feldstr. 17, 45476 MH**

BS

**Samstag, 5. Juli 2025, 10.30 – 12.45 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof,  
Waldbleeke 47, 45481 MH**

KB

**Samstag, 28. Juni 2025, 10.30 – 12.45 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,  
Duisburger Str.276, 45478 MH**

KS

**Treffpunkt:** Naturfreundehaus, Böllrodt 3, 45470 MH

Gemeinsam erkunden wir den Wald. Die Sinne werden angeregt und die Phantasie geweckt. Je nach Jahreszeit und Wetter präsentiert sich der Wald auf ganz unterschiedliche Weise, sodass sich auch unser Waldabenteuer immer wieder neu und anders gestaltet. Vielleicht finden und sammeln wir beim Spielen Naturmaterialien, aus denen wir etwas basteln können. Je nach Witterung gehen wir auch zum Bach, dafür sind Gummistiefel oder Wasserschuhe notwendig.

Mitzubringen sind auf jeden Fall wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk für Erwachsene und Kinder, eine Wechselgarnitur für die Kinder, sowie ein kraftspendendes Picknick.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der  
Ev. Familienbildungsstätte Mülheim an der Ruhr

**Kursleitung:** Cornelia Bremer, Erzieherin,  
Zusatzausbildung Waldpädagogik

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher in den jeweiligen  
Familienzentren, der Ev. Familienbildungsstätte  
unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33) oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Abenteuer Wald – für Väter mit ihren Kindern von 3 bis 6 Jahren

Samstag, 17. Mai 2025, 10.30 – 12.45 Uhr

BS

Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

**Treffpunkt:** Naturfreundehaus, Böllrodt 3, 45470 MH

BS

Gemeinsam erkunden wir den Wald. Die Sinne werden angeregt und die Phantasie geweckt. Je nach Jahreszeit und Wetter präsentiert sich der Wald auf ganz unterschiedliche Weise, so dass sich auch unser Waldabenteuer immer wieder neu und anders gestaltet. Je nach Witterung gehen wir auch zum Bach, dafür sind Gummistiefel oder Wasserschuhe notwendig. Mitzubringen sind auf jeden Fall wettergerechte Kleidung und festes Schuhwerk für Erwachsene und Kinder, eine Wechselgarderobe für die Kinder sowie ein kraftspendendes Picknick.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referentin:** Cornelia Bremer, Erzieherin, Zusatzausbildung Waldpädagogik

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher in den jeweiligen Familienzentren, unter Tel. 0208.71 373, der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.71373](tel:0208.71373) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Vater-Kind-Tag

MK

### „Wir gehen in den Wald“

Samstag, 24. Mai 2025, 10.00 – ca. 13.30 Uhr

Samstag, 28. Juni 2025, 10.00 – ca. 13.30 Uhr

Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen, Steigerweg 12, 45473 MH

**Treffpunkt:** Parkstreifen an der Monningstr. 59, 45478 Mülheim

Gemeinsam erkunden wir den Raffelberger Wald und erfüllen dabei spannende Aufgaben. Gemeinschaftlich erleben wir die Natur. Durch die Aktionen lernen wir den Wald nochmal ganz anders kennen. Und wenn der Papa nicht kann? Gibt's vielleicht einen coolen Opa oder einen Onkel... Oder im Zweifel auch den Mamajoker ... – Bitte ziehen Sie sich und ihr Kind wetterfest an und bringen Sie einen Rucksack mit einem kleinen Picknick mit – Trinkflasche nicht vergessen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit Erzieherin Manuela Soltau

**Leitung:** Manuela Soltau, Erzieherin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis zum 20. Juni 2025 unter Tel. [0208.76 24 39](tel:0208.762439) oder [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

ONLINE-VERANSTALTUNG

KS

## Der große Zauberboxer – Für Kinder von 5-7 Jahren

Eltern-Infoabend:

Donnerstag, 9. Januar 2025, 19.00 – 20.30 Uhr

Kinderkurs:

Montag, 13. Januar – 10. März 2025, 13.00 – 14.30 Uhr

Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,

Duisburger Str. 276, 45478 MH

Das Projekt „Der große Zauberboxer“ richtet sich an Kinder im Alter von 5 bis 7 Jahren. Ziel ist es, den Kindern altersentsprechend mathematische, naturwissenschaftliche und technische Themen nahezubringen und somit die kindliche Neugierde zu stärken und die Begeisterung zu fördern.

Ein Infoabend für die Eltern findet am Donnerstag, den 9. Januar Online per Zoom statt. Als Abschluss findet eine Präsentation für die Eltern statt, in der sie bestaunen können, was Ihre Kinder in der Zeit gelernt haben.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder per Mail an [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de)

---

## Löwenstarke Kinder begleiten – Ein Workshop für Eltern

KS

Dienstag, 21. Januar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,

Duisburger Str. 276, 45478 MH

BS

Mittwoch, 29. Januar 2024, 18.30 – 20.00 Uhr

Familienzentrum Die kleinen Strolche,

Feldstr. 17, 45476 MH

Workshop für Eltern zum Kennenlernen des Kindertrainings. Sie erhalten Informationen, wie das Kindertraining aufgebaut ist, welche Themen und Methoden es enthält und vor allem: was Sie konkret tun können, um Ihr Kind zu stärken. Denn der beste Selbstbehauptungskurs für Kinder kann nur dann wirksam werden, wenn die Erwachsenen, die die löwenstarken Kinder begleiten, sie darin unterstützen.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Judith Grommes, Erzieherin und Resilienz- und Selbstbehauptungstrainerin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in den Familienzentren, unter Tel. 0208.300 33 33 oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Löwenstarkes Kindertraining – Kinder stärken

Für Kinder im Vorschulalter: Voraussetzung für die Teilnahme am Kindertraining ist die Teilnahme eines Elternteils am Elternworkshop (21. oder 29. Januar)

dienstags, 28. Januar – 25. Februar 2025,  
14.30 – 15.30 Uhr

KS

Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte,  
Duisburger Str. 276, 45478 MH

mittwochs, 5. Februar – 5. März 2025,  
14.00 – 15.00 Uhr

BS

Familienzentrum Kita Die kleinen Strolche,  
Feldstr. 17, 45476 MH

Löwenstarke Kinder wissen, wie sie mit den alltäglichen Konfliktsituationen umgehen. Sie bleiben ruhig und entspannt wie echte Löwen und holen sich das gute Gefühl in ihr Leben. Gemeinsam werden die besten Strategien im Umgang mit den häufigsten Konfliktsituationen, die Kinder im Alltag erleben, erarbeitet. Das Training ist dabei interaktiv und niemals langweilig.

Bitte Turnschuhe mit nichtfärbenden Sohlen oder Schlappchen mitbringen.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Judith Grommes, Erzieherin und Resilienz- und Selbstbehauptungstrainerin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in den Familienzentren, unter Tel. 0208.300 33 33 oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Farbeskalation – Malen mit Mama

MK

Mittwoch, 5. Februar, 12. Februar und 19. Februar 2025,  
14.30 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

**Termin:** Wir entdecken unsere Gefühlswelt!  
Wir lernen unsere Emotionen kennen und malen diese.

**Termin:** Mein lieber Valentin! Wir malen mit unseren Liebsten ein Bild und zeigen so unsere gegenseitige Zuneigung im Bild.

**Zukunftsatelier:** Die Mütter tauschen sich mit ihren Kindern über Wünsche und Träume, Zukunft aus und malen diese gemeinschaftlich.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen

**Leitung:** Dominik Loewer, Erzieher

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

Anmeldung: bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. 0208.76 24 39 oder per Mail an  
[unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

## Der Zauberboxer – Feuer – Experimente für Kinder ab 5 Jahren mit Eltern

KH

Mittwoch, 5. Februar 2025, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ev. Familienzentrum Sonnenschein,  
Kleiststr. 58, 45472 Mülheim

Warum brennt eine Kerze? Kann ich einen Luftballon mit Backpulver aufpusten? Wie kann ich Feuer ohne Wasser löschen?

An diesem Tag können Kinder ab 5 Jahren die Naturwissenschaften kennenlernen und gemeinsam mit ihren Eltern selbst Experimente rund um das Thema Feuer durchführen und verstehen. Aus Sicherheitsgründen ist es notwendig, dass pro Kind eine Person in Begleitung dabei ist.

Ein Kind muss von einem Erwachsenen begleitet werden.

- Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte
- Referent:** Maren Köhler, Dipl. Physikerin
- Kostenbeitrag:** kostenfrei
- Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder Tel. 0208.49 03 16

## Musik macht einfach Spaß – Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen

MK

dienstags, 18. März, 25. März, 1. April und 8. April 2025,  
9.45 – 11.45 Uhr  
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

Ein Thema aus dem täglichen Umfeld, welches Kinder fesselt, interessiert oder beschäftigt. Das kann z.B. Jahreszeiten, fremde Länder, Feste, Tiere oder etwas völlig anderes umfassen.

Das jeweilige Wochenthema wird gemeinsam musikalisch und inhaltlich aufbereitet- ganz spielerisch und kindgerecht. Wir starten mal beim Thema Frühling und lassen uns treiben- wer weiß wo wir ankommen?

- Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Musikschule „PENAMI“
- Leitung:** Peter Naekel, Erzieher, Musiker und Leiter der Musikschule
- Kostenbeitrag:** kostenfrei
- Anmeldung:** bis eine Woche vor dem jeweiligen Termin unter Tel. 0208.76 24 39 oder per Mail [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

---

## Der Zauberbox – Farben – Experimente für Kinder von 2 – 4 Jahren mit Eltern

KH

**Donnerstag, 20. März 2025, 14.30 – 16.00 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

In diesem Workshop tauchen Kinder zusammen mit ihren Eltern in die bunte Welt der Farben ein. Sie lernen welche Grundfarben es gibt, wie man sie mischen und voneinander trennen kann. Ein Kind kann nur zusammen mit einem Erwachsenen teilnehmen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referent:** Maren Köhler, Dipl. Physikerin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder Tel. 0208.49 03 16

---

## Der Zauberbox – Wasser – Experimente für Kinder ab 4 Jahren mit Eltern

KS

**Donnerstag, 22. Mai 2025, 14.15 – 15.45 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Speldorf West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH**

Kann eine Nadel auf dem Wasser schwimmen? Wie bastele ich mir mein eigenes Schwammboot? Wie funktioniert eine Wasseruhr? Altersgerechte und alltagsnahe Experimente zum Element Wasser und seinen Eigenschaften.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de) oder per Mail an [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de)

## Spiel und Spaß im Singkreis

MK

Mittwoch, 28. Mai 2025, 15.00 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Unter dem Regenbogen,  
Steigerweg 12, 45473 MH

Spielt ihr Kind auch Morgenkreise nach? Liebt es zu singen und zu spielen und manchmal wüssten Sie wirklich gerne was genau da immer gesungen wird? Dann ist das ihre Chance.

Wir laden Sie mit ihrem Kind (im Alter von 3-6) ein, gemeinsam die Lieder und Spiele aus unserem Kitaalltag kennenzulernen und diese zu singen und zu spielen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen  
in Kooperation mit der Evangelischen  
Familienbildungsstätte

**Leitung:** Nicole Rosewich, Erzieherin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zu einer Woche vorher unter  
Tel. [0208.76 24 39](tel:0208.76.24.39) oder per Mail an  
[unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

## Der Zauberkoffer – alle Sinne: Experimente für Kinder ab 4 Jahren mit Eltern

KB

Mittwoch, 25. Juni 2025, 15.00-16.30 Uhr

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Warum rauscht es in der Muschel? Wie funktioniert eine Lachtrommel? Was sind optische Täuschungen? Kinder haben viele Fragen. Um diesen Fragen auf den Grund zu gehen, braucht man nicht viel. Nur ein paar Ideen, einige Dinge aus Küche und Keller und etwas Zeit. An diesem Tag können Kinder ab 4 Jahren die Naturwissenschaften kennenlernen und gemeinsam mit ihren Eltern selbst Experimente rund um das Thema „Alle Sinne“ durchführen und

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in  
Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleiterin:** Maren Köhler, Dipl. Physikerin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis eine Woche vorher  
unter Tel. [0208.48 69 33](tel:0208.48.69.33) oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)



## REGELMÄSSIGE GRUPPEN

### Väter-Bastel-Gruppe

KB

**Am 1. Freitag im Monat**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Väter-Bastel-Gruppe

**Leitung:** Bernd Feldermann

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bei Bernd Feldermann unter Tel. 0208.48 08 09 und [www.vbg-lindenhof.de](http://www.vbg-lindenhof.de)

---

### Spielgruppe „Kleine Strolche“ für Eltern mit ihren Kindern von 9 – 24 Monaten

BS

**dienstags, 14. Januar – 1. Juli 2025, 9.30 – 11.00 Uhr**

**FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

Die Kinder werden nun immer mobiler, sind neugierig und aktiv. Eltern können viel zu einer gesunden Entwicklung beitragen, indem sie achtsam auf individuelle Entwicklungsphasen der Kinder eingehen. In der Spielgruppe können sie miterleben, wie sich die Kinder je nach Persönlichkeit erproben und beim Spielen und Singen einbringen. Mit dem Rückhalt der Eltern gehen die Kinder voll Vertrauen auf Entdeckungsreise.

Mit Kindern wachsen, heißt auch als Eltern wachsen: Elternabende oder Familientage sind Teil des Kursangebotes. Die Termine werden im Kurs vereinbart.

Bitte mitbringen: Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause

**Veranstalter:** Ev. Familienbildungsstätte in Kooperation mit dem Familienzentrum Die kleinen Strolche

**Kursleitung:** wird noch bekannt gegeben

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33, [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Offene Bewegungsgruppe „Lindenhof“

KB

freitags, 17. Januar – 4. Juli 2025, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Klettern, balancieren und hüpfen - Kinder sind gerne in Bewegung. Sie erleben dabei Lebensfreude und schulen ihren Körper und ihre Wahrnehmung. Der vorbereitete Raum und ausgewählte Materialien geben den Kindern dafür Spielanreize. Gemeinsam entdecken sie in der Gruppe Finger- und Singspiele. Dadurch werden sie zusätzlich in ihrer Sprachentwicklung unterstützt. Kontakte und Austausch der Eltern sind außerdem ein wichtiger Bestandteil in den Gruppenstunden.

Bitte bringen Sie Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für eine Stärkung am Kursende.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referentin:** Melanie Klemm, Spielgruppenleitung

**Kostenbeitrag:** Die Gebühr von 6,00 Euro wird von der Kursleiterin eingesammelt.

**Anmeldung:** Hier ist ein Kurseinstieg jederzeit möglich, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

## Spielgruppe „Kunterbunt“ für Eltern mit ihren Kindern von 9 – 18 Monaten

BS

freitags, 17. Januar – 4. Juli 2025, 9.30 – 11.00 Uhr  
Ev. Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Die Kinder werden nun immer mobiler, sind neugierig und aktiv. Eltern können viel zu einer gesunden Entwicklung beitragen, indem sie achtsam auf individuelle Entwicklungsphasen der Kinder eingehen. In der Spielgruppe können sie miterleben, wie sich die Kinder je nach Persönlichkeit erproben und beim Spielen und Singen einbringen. Mit dem Rückhalt der Eltern gehen die Kinder voll Vertrauen auf Entdeckungsreise.

Mit Kindern wachsen, heißt auch als Eltern wachsen: Elternabende oder Familientage sind Teil des Kursangebotes. Die Termine werden im Kurs vereinbart.

Bitte mitbringen: Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Leitung:** Kira Gurriss, Sozialpädagogin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Ev. Familienbildungsstätte unter  
Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.300.33.33) oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## EVANGELISCHE FAMILIENZENTREN

### Ev. Kirchengemeinde Broich-Saarn:

Familienzentrum Lindenhof

Waldbleeke 47, 45481 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.48 69 33

**E-Mail** [kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de](mailto:kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** Beate Konze

### Ev. Kirchengemeinde Heißen:

Familienzentrum Sonnenschein

Kleiststraße 58, 45472 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.49 03 16

**E-Mail** [kiga-kleist@kirche-muelheim.de](mailto:kiga-kleist@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** Patricia Zerri-di Gloria

### Ev. Markuskirchengemeinde:

Familienzentrum Unter dem Regenbogen

Steigerweg 12, 45473 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.76 24 39

**E-Mail** [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

**Web** [www.famz-regenbogen.de](http://www.famz-regenbogen.de)

**Kontakt** Sarah Koop

### Ev. Kirchengemeinde Speldorf:

Familienzentrum Speldorf-Mitte

Duisburger Straße 276, 45478 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.5 39 13

**E-Mail** [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** Anika Engels

Familienzentrum Speldorf-West

Artur-Brocke-Allee 21, 45478 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.59 01 60

**E-Mail** [kigawest@kirche-muelheim.de](mailto:kigawest@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** Anika Engels

### Bethanien Diakonissen-Stiftung:

Familienzentrum Kita Kunterbunt

Schildberg 1, 45475 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.7 13 73

**E-Mail** [kita\\_kunterbunt@bethanien-stiftung.de](mailto:kita_kunterbunt@bethanien-stiftung.de)

**Kontakt** Tanja Haberkamp

Familienzentrum Die kleinen Strolche

Feldstraße 17, 45476 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.40 11 87

**E-Mail** [kita\\_die\\_kleinen\\_strolche@bethanien-stiftung.de](mailto:kita_die_kleinen_strolche@bethanien-stiftung.de)

**Kontakt** Marcel Juretzko

Familienzentrum Haus der kleinen Leute

Klöttschen 58, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.47 09 36

**E-Mail** [kita\\_haus\\_der\\_kleinen\\_Leute@bethanien-stiftung.de](mailto:kita_haus_der_kleinen_Leute@bethanien-stiftung.de)

**Kontakt** Bianca Kreutzer

### Graf-Recke-Stiftung gGmbH:

Ökumenisches Familienzentrum Kirchenhügel

Ev. Kindergarten am Muhrenkamp

Muhrenkamp 8, 45468 Mülheim an der Ruhr,

**Telefon** 0208.3 58 41

**E-Mail** [kita-muhrenkamp@graf-recke-stiftung.de](mailto:kita-muhrenkamp@graf-recke-stiftung.de)

**Kontakt** Denise Paetz

---

## KOOPERATIONSPARTNER

**Ev. Familienbildungsstätte**

Scharpenberg 1b, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.3003333**E-Mail** [info@evfamilienbildung.de](mailto:info@evfamilienbildung.de)  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)**Ev. Beratungsstelle für Erziehungs, Ehe- und Lebensfragen**

Hagdorn 23, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.32014**E-Mail** [beratungsstelle@kirche-muelheim.de](mailto:beratungsstelle@kirche-muelheim.de)**Internet** <http://beratung.kirche-muelheim.de>**Diakonisches Werk im Kirchenkreis An der Ruhr**

Hagdorn 1a, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.3003277**E-Mail** [gst@diakonie-muelheim.de](mailto:gst@diakonie-muelheim.de)**Verein für „Qualifizierte Kindertagespflege in Mülheim an der Ruhr e.V.“**

Parsevalstraße 2d, 45470 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0176.24439735**Kontakt** [kontakt@tagesmuetter-mr.de](mailto:kontakt@tagesmuetter-mr.de)**Stadt Mülheim an der Ruhr****Gesundheitsamt**

Heinrich-Melzer-Straße 3, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.4555300**Amt für Kinder, Jugend und Schule**

Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.4554500**Servicestelle für Betreuungsangebote**

Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.4554520**Ev. KITAverband an Emscher und Ruhr**

Petra Busch

Marktstraße 154. 46045 Oberhausen

**Telefon** 0208.85008154

Weitere Kooperationspartner entnehmen Sie bitte den einzelnen Einrichtungsflyern





**Impressum:**

Der Flyer „Tipps und Termine“ wird herausgegeben von den Ev. Familienzentren in Mülheim, dem ökumenischen Familienzentrum der Graf -Recke-Stiftung und den Familienzentren der Bethanien Diakonissen-Stiftung.

**Redaktion:**

Denise Paetz, Tanja Haberkamp, Marcel Juretzko, Beate Konze, Andrea Marx, Annika Engels, Sarah Koop, Patricia Zerri-di Gloria und Bianca Kreutzer

**Erscheinungsweise:**

halbjährlich

**Satz und Gestaltung:**

Firestone Design

Martin Holtkamp, [www.firestone-design.de](http://www.firestone-design.de)

**Titelbild:**

Grafiken Copyright gst,

Benutzung unter Lizenz von Shutterstock.com



Ev. Beratungsstelle



**Diakonie** 



**Ev. Kirchenkreis An der Ruhr**  
Althofstraße 9  
45468 Mülheim an der Ruhr  
Telefon 0208.3 00 30

Weitere Informationen finden Sie unter  
[www.kita.kirche-muelheim.de](http://www.kita.kirche-muelheim.de)